

## 認知症について



脳神経外科 物忘れ外来 持田 英俊

**Q1** 聖隸佐倉市民病院は認知症で地域の方とどのように関わることができますか?

**A1** 2つあると思います。

現在、当院には認知症看護認定看護師(※)が2名おりまして、肺炎、癌、骨折などの体の疾患で入院した患者さんのサポートをしています。突然入院し、環境が変わると元々認知症だった人、あるいはその前段階の人は、家庭で生活していたときと別人のようになります。たとえば、夜眠れなくなったり、興奮したり、大声を出したり、勝手に病室から出て行ってしまうなどです。このような現象を認知症に伴う行動心理症状:BPSDといいます。そのような患者さんに前もって対応することで、治療の妨げになるBPSDの出現を予防し、安心・安楽な入院生活を送っていただくことができるようになります。

一方、今年から始めた「物忘れ外来」は早期発見が目標です。この外来にかかる人は普通に生活できるのですが、物忘れが気になり受診される方が殆どです。その中から、治療できる病気を見つけ出し、あるいは将来、認知症になる人を見つけ出し、早めに対処することが目的だと考えています。

つまり、1.入院された患者さんへの対応、2.地域での認知症あるいはその前段階の人の発見・対処という2点で関わることができます。

※認知症看護認定看護師とは、日本看護協会認定看護師認定審査に合格し、認知症の看護分野において、熟練した看護技術と知識を有するところが認められた看護師です。

**Q2** 認知症、特にアルツハイマー病は治らない病気、早期発見しても意味がないのではないかと存じますか?

**A2** そんなことはありません。

早期発見が大事な理由は以下の通りです。

先ず、高齢化が急速に進んでおり、認知症患者数が急激に増加している点です。また、認知症治療の進歩で、早期治療が有用であることが判明し、深刻なBPSDの出現以前から治療をすることで、その後の介護量の減少に有用であることが分かりました。さらに、先の話になりますが、認知症になる前の根本的治療法の開発には早期の診断が必要です。「物忘れ外来」が早期発見の一助になればいいと思います。

**Q3** 認知症は専門の医師がみないとダメですか?

**A3** そんなことはありません。

認知症になる人がこれだけ多いと、限られた専門医のみで対処することはできません。かかりつけ医の役割が重要になります。また、認知症は診断して終わりではなく、その時点がスタートです。一部の医師だけが張り切っても問題は解決しません。介護・福祉・行政などの医療サービス提供側の「連携」が重要になります。

認知症を持つ人に普段から関わるケアマネジャー、看護職、地域包括支援センターなどのスタッフの働きが重要で、中心になるべきです。ですから、早期に診断し、支援体制を整えるため、かかりつけ医と協力し、各職種・部署がお互いの役割を十分に發揮できるように調整するのも「物忘れ外来」の役目だと思っております。

◎物忘れ外来について .....  
●お問い合わせ先 聖隸佐倉市民病院 043-486-1151

## 栄養科通信

### 野菜ジュースは野菜の代わり?

4月から新生活が始まり、生活習慣の変化から食生活が変わった方もいるのではないでしょうか?忙しい時や外食が中心になる時など、野菜不足を補うために野菜ジュースを飲むという方はたくさんいると思います。では、野菜ジュースを飲んでも野菜は食べなくとも丈夫なのでしょう?

結論から言うと、野菜ジュースは野菜まるごとの代わりにはなりません。

#### ●食物繊維やビタミンCなどの栄養素が減少

一般に市販されている野菜ジュースは、飲みやすくするために食物繊維を取り除いたり、製造工程で熱を加えて煮込んだため、加熱すると壊れてしまうビタミンCなどの栄養素が失われてしまいます。そのため、実際に使用した野菜の量に比べると栄養素が少ないことがあります。野菜に含まれる食物繊維は、排便の促進や血糖値の上昇を緩やかににする働きがあります。しっかり食物繊維をとるために、野菜を食べた方が良いでしょう。加熱によって野菜由来のビタミンCはなくなってしまいますが、ビタミンCを添加した野菜ジュースも市販されています。

#### ●果汁・食塩の量にも注目

果汁の割合も重要なポイントです。野菜だけのジュースでは飲みにくいため、果汁を入れた商品もありますが、果汁の割合が多いほど糖分も多くなりますので、エネルギーの摂りすぎにつながります。また、食塩が添加されたものもありますので、野菜ジュースだから飲んでも大丈夫というわけではありません。飴柄によって使用している野菜や果実、添加した栄養素に違いがあるため、成分表示を確かめることも重要です。

#### ●よく噛んで食べるごとの意味

食物繊維の多い野菜をしっかりと噛んで食べることにより、ホルモンの働きで過剰な食欲を抑制したり、時間かけてゆっくり食べることによって満腹感が得られ、食べすぎを防ぐことにもつながります。また、食後の血糖値の上昇を緩やかにする効果も期待できます。

毎食、野菜の代わりに野菜ジュースを飲むことはおすすめできませんが、野菜料理が手に入らない時や、ゆっくり食事をする時間のない場合は、野菜の代用として野菜ジュースを取り入れてみると良いでしょう。



管理栄養士 金崎 葵



Seirei Sakura Tsushin  
May.8.2013 vol.106



3月27日 浜松にて賛辞交付式 4月1日には当院で新人研修が行われました。

こちらが新たな仲間たちです。皆様どうぞよろしくお願いします。

#### \*「看護の日」聖隸看護フェア実施のお知らせ

聖隸コミュニケーションセンターからお役に立つ商品情報

\*甘いだけじゃない甘草(和漢診療科) \*認知症について

\*各科外来担当および診療内容

\*健康寿命を延ばそう。ロコトレでロコモ予防!

\*栄養科通信「野菜ジュースは野菜の代わり?」



Tel.043-486-1151 Fax.043-486-8696 http://www.seirei.or.jp/sakura/

## 「看護の日」聖隸看護フェア実施のお知らせ

近代看護を築いたフローレンスナイチンガールの生誕にちなみ、1990年に、5月12日を『看護の日』と制定されました。

当院では、今年度も「看護の日」のイベントを行います。どうぞ、お気軽にご参加ください。

#### 【聖隸看護フェア】

健診相談・骨密度測定・血流測定・体組成測定等を行います。

◆日時:2013年5月11日(土)  
9:00~15:00

◆場所:1階ロビー

◆どなたでも、ご自由に、無料で、参加できます。

#### 【ふれあい看護体験】

簡単な看護体験や病院見学などを行います。

◆日時:2013年5月11日(土)9:00~16:00

◆対象:高校生以上の方

◆応募方法:「ふれあい看護体験」を希望される方は、総合案内または、下記までご連絡ください。

○お問い合わせ先 聖隸佐倉市民病院 043-486-1151

総合案内(内線4177)・看護管理室(内線3510)

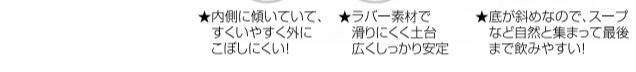


## 聖隸コミュニケーションセンターからお役に立つ商品情報

#### 【エジソンのあづまれプレートのご紹介】

自分でおいしく食べるために、お皿を斜めにしなくても食べ物がくすぐるエジソンのあづまれプレートAHIRUをご紹介します。

すくいやすく、こぼれにくい工夫がいっぱいのプレートです。



★内側に傾いて、すくいやすく外にこぼしにくい!  
★ラー素材で滑りにくく丈夫  
★底が斜めなので、スープなど自然と集まって最後まで飲みやすい!

聖隸コミュニケーションセンター(院内1階、介護用品店)にて、903円で販売中です。是非お立ち寄りください。

## 各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ………**直通 043-486-8111**

月~金9:00~17:00

●予約受付・変更………**直通 043-486-1155**

月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………**043-486-1151**

●健診のお問い合わせ………**健診センター 043-486-0006**

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

■各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ………**直通 043-486-8111**

月~金9:00~17:00

●予約受付・変更………**直通 043-486-1155**

月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………**043-486-1151**

●健診のお問い合わせ………**健診センター 043-486-0006**

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

■各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ………**直通 043-486-8111**

月~金9:00~17:00

●予約受付・変更………**直通 043-486-1155**

月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………**043-486-1151**

●健診のお問い合わせ………**健診センター 043-486-0006**

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

■各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ………**直通 043-486-8111**

月~金9:00~17:00

●予約受付・変更………**直通 043-486-1155**

月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………**043-486-1151**

●健診のお問い合わせ………**健診センター 043-486-0006**

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

■各科外来担当および診療内容

■各科の担当は医師などの都合により変更させて頂くことがあります。詳しくは外来の掲示案内、またはホームページをご覧下さい。

■保険証の提示をお願いいたします。

■受付時間 8:00~11:00(但し、午後診療の診療科につきましては15:30まで受付いたします)

●診療に関するお問い合わせ………**直通 043-486-8111**

月~金9:00~17:00

●予約受付・変更………**直通 043-486-1155**

月~金9:00~17:00(土は12:00まで)

●夜間受付………**043-486-1151**

●健診のお問い合わせ………**健診センター 043-486-0006**

■ホームページ <http://www.seirei.or.jp/sakura/>

■各科外来担当および診療内容